



/ Шевченко М. С. /

## М Е Н Ю (выбор)

**27.11.2023**

**12 и старше (5-11кл).**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                     | ВЫХОД,<br>г | Б,<br>г      | Ж,<br>г      | У,<br>г      | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-----------------|
| <b>Салат</b>                           |             | <b>1,85</b>  | <b>7,91</b>  | <b>7,29</b>  | <b>108,33</b>                    | <b>18,72</b>    |
| 1 - Икра кабанковая                    | 100         | 1,88         | 7,92         | 7,78         | 110                              | 18,84           |
| 2 - Ассорти из соленых овощей          | 120         | 1,14         | 0,72         | 1,25         | 18                               | 18,88           |
| 3 - Салат из свеклы и зеленого горошка | 170         | 2,52         | 15,10        | 12,85        | 197                              | 18,45           |
| <b>Основное</b>                        |             | <b>21,08</b> | <b>22,59</b> | <b>17,64</b> | <b>359,33</b>                    | <b>94,48</b>    |
| 1 - Омлет с сыром запеченый            | 230         | 24,78        | 28,66        | 4,16         | 374                              | 94,34           |
| 2 - Чахохбили из кур                   | 110         | 19,14        | 19,12        | 3,62         | 263                              | 82,66           |
| 2 - Каша пшеничная рассыпчатая         | 180         | 3,42         | 2,70         | 19,98        | 122                              | 11,88           |
| 3 - Бефстроганов                       | 80          | 12,26        | 11,40        | 2,72         | 162                              | 71,31           |
| 3 - Картофельное пюре                  | 170         | 3,63         | 5,89         | 22,44        | 157                              | 23,25           |
| <b>Дополнение</b>                      |             | <b>4,91</b>  | <b>1,16</b>  | <b>45,3</b>  | <b>207</b>                       | <b>9,80</b>     |
| 1 - Чай с сахаром                      | 200         | 0,07         | 0,02         | 10,00        | 40                               | 2,72            |
| 1 - Хлеб пшеничный                     | 40          | 2,80         | 0,80         | 20,00        | 96                               | 3,70            |
| 1 - Хлеб ржаной                        | 34          | 2,04         | 0,34         | 15,30        | 71                               | 3,38            |
|  |             | <b>27,84</b> | <b>31,66</b> | <b>70,23</b> | <b>674,68</b>                    | <b>123,00</b>   |

Принят: \_\_\_\_\_  
Заведующий  
производством  
должность

\_\_\_\_\_  
подпись

\_\_\_\_\_  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 27.11.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

| Прием пищи | Наименование блюда               | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|----------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|-----------------------------------|---------------------|
|            |                                  |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |            |                                   |                     |
| Завтрак    | Икра кабачковая                  | 120              | 2,26                    | 9,50         | 9,34          | 132                           | 20-17      | 17,39                             | 22,60               |
|            | Омлет натуральный                | 200              | 18,59                   | 33,11        | 3,52          | 386                           | 210-17     | 50,07                             | 75,11               |
|            | Кефир порционный                 | 200              | 5,46                    | 4,40         | 7,28          | 90                            | 386-17,ТК  | 15,11                             | 19,64               |
|            | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК         | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                   | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | ТК         | 3,08                              | 3,70                |
|            | Хлеб ржаной                      | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | ТК         | 2,51                              | 3,01                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>690</b>       | <b>31,29</b>            | <b>48,46</b> | <b>62,56</b>  | <b>807</b>                    |            | <b>95,56</b>                      | <b>133,68</b>       |
| Обед       | Суп картофельный с клецками      | 250              | 3,56                    | 4,59         | 18,79         | 144                           | 108-17     | 10,04                             | 15,06               |
|            | Шницель говяжий                  | 105              | 16,51                   | 14,51        | 14,74         | 257                           | 451-04     | 54,91                             | 81,91               |
|            | Макароны отварные с овощами      | 180              | 6,21                    | 7,19         | 34,23         | 226                           | 205-17     | 11,25                             | 16,87               |
|            | Сок фруктовый                    | 180              | 0,68                    |              | 18,51         | 77                            | 389-17,ТК  | 14,40                             | 18,72               |
|            | Хлеб пшеничный                   | 60               | 4,20                    | 1,20         | 30,00         | 143                           | ТК         | 4,62                              | 5,54                |
|            | Хлеб ржаной                      | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00         | 84                            | ТК         | 3,34                              | 4,01                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>815</b>       | <b>33,56</b>            | <b>27,89</b> | <b>134,27</b> | <b>931</b>                    |            | <b>98,56</b>                      | <b>142,11</b>       |
| Полдник    | Булочка бриошь с изюмом          | 100              | 4,38                    | 7,30         | 35,00         | 243                           | 471-03     | 17,08                             | 25,64               |
|            | Какао с молоком                  | 180              | 3,19                    | 3,09         | 21,44         | 126                           | ТК         | 11,32                             | 16,97               |
|            | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК         | 7,40                              | 9,62                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>380</b>       | <b>7,95</b>             | <b>10,74</b> | <b>65,36</b>  | <b>409</b>                    |            | <b>35,80</b>                      | <b>52,23</b>        |